



PEMERINTAH KABUPATEN SINJAI  
DINAS PENDIDIKAN  
SEKOLAH DASAR NEGERI 136 HULO

**PENILAIAN TENGAH SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN 2023 - 2024**

Muatan Pelajaran  
Kelas

: Penjasorkes  
: VI ( enam )

Waktu : 90 Menit  
Nama :

**A. PILIHAN GANDA**

**Jawablah pertanyaan di bawah ini !**

1. Perhatikan teks di bawah ini!

Yadi bersiap melakukan sebuah gerakan. Dia jongkok menghadap matras. Posisi kaki ditekuk, dan kepala ditundukkan hingga dagu menempel di dada. Ia menggulirkan badannya ke depan.

Ilustrasi tersebut menunjukkan Yadi melakukan gerakan ....

- |                   |                       |
|-------------------|-----------------------|
| A. Kayang         | C. Guling ke depan    |
| B. Guling lenting | D. Guling ke belakang |

2. Perhatikan keterangan berikut!

- 1) Pada saat kedua kaki dilecutkan, kedua lutut bengkok.
- 2) Bahu tidak diletakkan di matras saat tangan dibengkokkan.
- 3) Kedua kaki terbuka/tidak rapat
- 4) Sikap tubuh kurang bulat.

Kesalahan saat melakukan guling ke belakang ditunjukkan oleh angka ....

- |              |              |
|--------------|--------------|
| A. 1) dan 2) | C. 2) dan 4) |
| B. 1) dan 3) | D. 3) dan 4) |

3. Perhatikan teks di bawah ini!

Rini melangkahkan kaki kiri ke depan. Ia menarik kaki kanan dan merapatkan dengan kaki kiri. Kemudian ia melangkahkan kaki kanan ke belakang. Ia juga mengayunkan lengan ke atas.

Gerakan ini menunjukkan Rini melakukan variasi dan gerak ....

- A. Langkah ke samping kiri dan kanan dengan ayunan lengan
- B. Langkah ke depan dan ke belakang dengan ayunan lengan
- C. Langkah ke samping dan menekuk dengan ayunan lengan
- D. Mengayunkan kaki ke depan dengan ayunan lengan

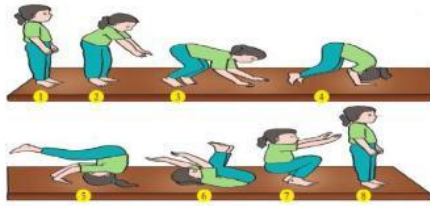
4. Perhatikan teks di bawah ini!

Variasi gerak melangkah ke depan dan ke belakang dengan kombinasi menekuk dan mendorong lengan ke depan. Variasi dan kombinasi gerak ini diakhiri dengan posisi berdiri tegak dan ....

- A. Tangan di pinggang
- B. Tangan di depan dada
- C. Posisi kaki tertutup rapat
- D. Kaki terbuka selebar bahu

## B. PILIHAN GANDA KOMPLEKS

5. Perhatikan gambar berikut!

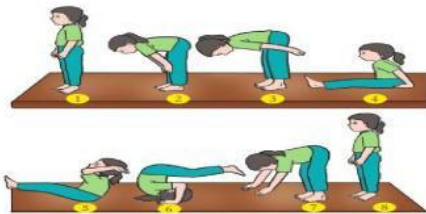


Berdasarkan gambar di atas berilah tanda centang (✓) pada jawaban yang benar (jawaban bisa lebih dari 1)

Cara melakukan gerak guling ke depan ....

<input type="checkbox"/>	1. Posisi berdiri dan kedua lengan di samping badan
<input type="checkbox"/>	1. Posisi berdiri dan kedua lengan lurus ke atas
<input type="checkbox"/>	7. Mendarat dengan bertumpu pada kedua kaki sambil meluruskan kedua tangan ke depan
<input type="checkbox"/>	7. Mendarat dengan bertumpu pada kedua kaki sambil meluruskan kedua tangan ke bawah

6. Perhatikan gambar berikut!



Berdasarkan gambar di atas berilah tanda centang (✓) pada jawaban yang benar (jawaban bisa lebih dari 1)

Cara melakukan gerak guling ke belakang ....

<input type="checkbox"/>	3. Membungkuklah dan ayunkan kedua lengan lurus ke depan
<input type="checkbox"/>	3. Membungkuklah dan ayunkan kedua lengan lurus ke belakang
<input type="checkbox"/>	7. Membungkuklah dan kedua lengan lurus ke bawah
<input type="checkbox"/>	7. Membungkuklah dan kedua lengan lurus ke atas

7. Perhatikan gambar berikut!



Berilah tanda centang (✓) pada jawaban yang benar (jawaban bisa lebih dari 1)

Cara melakukan variasi gerak menekuk dan mengangkat siku ke samping dengan melangkah ....

<input type="checkbox"/>	Kedua siku ditekuk setinggi dada, kaki melangkah ke samping
<input type="checkbox"/>	Kedua siku ditekuk setinggi perut, kaki melangkah ke belakang
<input type="checkbox"/>	Kedua siku ditekuk setinggi dada, kaki melangkah ke depan
<input type="checkbox"/>	Kedua siku diayunkan ke samping, kaki melangkah ke samping

8. Perhatikan gambar berikut!



Berilah tanda centang (✓) pada jawaban yang benar (jawaban bisa lebih dari 1)

Cara melakukan variasi gerak mengayunkan lengan ke samping dan menekuk ....

<input type="checkbox"/>	Berjalan ke depan, kedua tangan diayunkan ke samping
<input type="checkbox"/>	Berjalan ke depan, kedua tangan ditekuk di depan dada
<input type="checkbox"/>	Berjalan ke samping, kedua tangan diayunkan ke samping
<input type="checkbox"/>	Berjalan ke samping, kedua tangan ditekuk di depan dada

### C. MENJODOHKAN

9. Perhatikan gambar berikut!

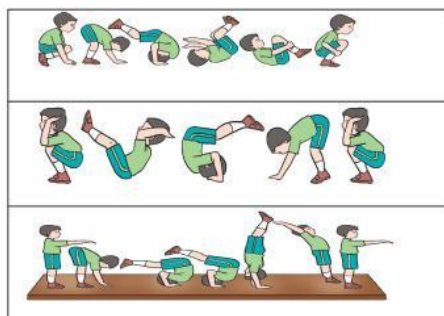


Berdasarkan gambar di atas hubungkan dengan garis pernyataan di bawah ini?

Gerakan berguling dengan awalan
Gerakan berguling ke
Membungkuk kedua lengan lurus ke belakang
Membungkuk kedua lengan di lutut

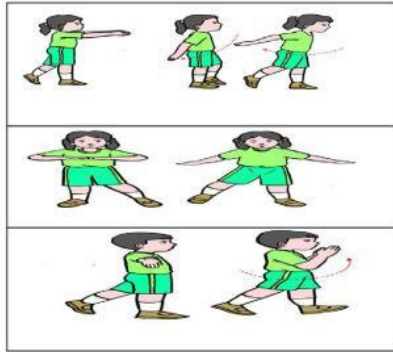
Belakang
Gambar nomor 2
Berdiri
Gambar nomor 3

10. Pasangkan gambar di bawah ini dengan kata-kata yang ada di samping!



Guling belakang
Guling lenting
Guling depan

11. Pasangkan gambar di bawah ini dengan kata-kata yang ada di samping!

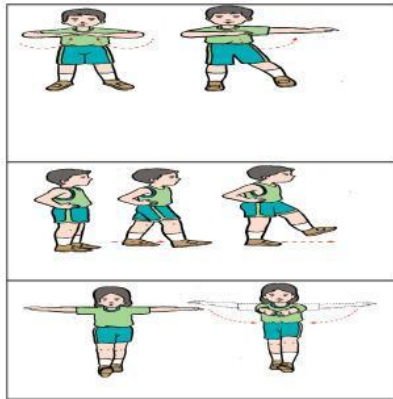


Gerak mengayunkan lengan ke samping dan menekuk di depan dada

Gerak ayunan lengan ke depan dan ke belakang dengan jalan

Gerak menekuk dan mengangkat siku ke samping dengan melangkah

12. Pasangkan gambar di bawah ini dengan kata-kata yang ada di samping!



Langkah berkelok-kelok ke depan dan belakang dengan mengayu lengan dan menekuk di samping badan

Gerak mengayunkan kaki ke depan dengan ayunan lengan ke depan

Gerak melangkah ke samping dengan menekuk dan mengangkat siku ke samping

#### D. ISIAN

13. Perhatikan gambar berikut!



Gambar di atas termasuk gerak berguling ke ....

dengan awalan ....

14. Perhatikan gambar berikut!



Gambar di atas termasuk gerak berguling ke ....

dengan awalan ....

15. Perhatikan gambar berikut!



Berdasarkan gambar di atas, gerak langkah ke depan dan ke belakang dengan ayunan ....



16. Perhatikan gambar berikut!



Berdasarkan gambar di atas, gerak melangkah ke samping dengan menekuk dan mengangkat ....

#### E. URAIAN

17. Perhatikan gambar berikut!



Berdasarkan gambar diatas, jelaskan urutan gerakan guling ke belakang dengan posisi jongkok?

Jawab :

18. Perhatikan gambar berikut!



Berdasarkan gambar diatas, jelaskan urutan gerakan guling ke depan dengan posisi jongkok?

Jawab :

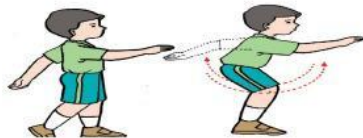
19. Perhatikan gambar berikut!



Berdasarkan gambar di atas, jelaskan variasi mengayunkan kaki ke depan dengan kombinasi mengayunkan lengan ke depan?

Jawab :

20. Perhatikan gambar berikut!



Berdasarkan gambar di atas, jelaskan variasi langkah ke depan dan ke belakang dengan ayunan lengan ke depan?

Jawab :